

Lövet



Medlemstidning för Lunds OK Nr 1 2007



Känd profil överväger klubb-byte

Innehållsförteckning

Klubbinfo	3
Verksamhetsberättelse	4
Romeleträffen	15
Krysset	20
Notiser	21
Träningsprogram	23
Info om tävlingar	25
Skånetävlingar 2007	26
Sankt Hans Extreme	28
Övrigt	
Nyckelpersoner	30
Nya medlemmar	31

LUNDS OK

Postadress:

Box 2119, 220 02 LUND

Klubblokal:LOK-stallet, Lögarevägen,
Dalby**Telefon:**

046-20 16 39

Postgiro:

24 90 63-9

Ordförande:

Christer Ljungquist

046-14 39 89

Tävlingsanmälare:

Torill Svendsen

046-579 75

Ungdomsledare:

Ing-Britt Swedenborg

046-12 57 91

Uthyrning av LOK-stallet:

Peter Hedberg

046-551 10

Klubbens hemsida:<http://welcome.to/lundsok>**Distributionsansvariga,****Lövet:**

Helge Helmersson

046-14 31 22

Ingemar Svensson

046-14 34 76

Adressändringar:

Sedney Hugosson

Långgatan 5

240 10 Dalby

046-20 07 88

sedney.hugosson@telia.com



Klubbinfo

Kallelse till Årsmöte

Söndagen den 11 februari klockan 16.00 på Stallet/Dalbybadet.

- ❖ **Bildspel**
 - Bilder från den gångna orienteringssäsongen
- ❖ **Fototävling**
 - Tag med några av dina bästa orienteringsbilder från den gångna säsongen (max 3 stycken)
- ❖ **Prisutdelning**
 - Bragdyxan, Kurt Lidéns stipendium, Sven Snogerups vandringspris för bästa herrsenior, förklädet till bästa damsenior, plaketter till de 5 bästa i poängtävlingen samt bästa LOKare.
 - Fototävlingen
- ❖ **Årsmöte**
 - Val av styrelse, valberedning och revisorer
- ❖ **Fika och semla**

NYBÖRJARKURS

När?

Vi börjar den **tisdagen 3 april** fortsätter sedan i ytterligare sju tisdagar (10/4-29/5).

Välkomna önskar **Lunds OK** genom kursledaren

Christer Ljungquist (tel 046-143989)

Verksamhetsberättelse 2006 för Lunds Orienteringsklubb

Styrelse:

Christer Ljungquist, Ordförande
Britt Forsell Pirozzi, Vice Ordförande
Gunnar Magnusson, Sekreterare
Sedney Hugosson, Kassör
Thomas Tuvevesson, Ledamot
Anders Freij, Suppleant
Caroline Ivarsson, Suppleant

Styrelsen har under året haft 12 protokollförda sammanträden och hela klubben har träffats på årsmöte och på ett funktionärsvalsmöte.

Medlemmar

Antalet medlemmar var vid årsskiftet 304 (188 herrar och 116 damer), (302 år 2005), vilket är en ökning med 2 st jämfört med föregående år. 98 medlemmar var mellan 0-20 år (95 år 2005). 14 st var mellan 21-25 år (17 st 2005) och 192 st var 26 år eller äldre (190 år 2005).

Tävlingsaktiviteter

Antalet individuella starter under året var 2281 (2222 år 2005). Klubben har under året noterat 142 stycken individuella segrar (134 år 2005). Av dessa tog Bengt Bergman och Pim Hedberg flest med vardera 12 stycken segrar.

Mästerskapsplaceringar

Riksmästerskap för veteraner

Lördagen den 29 juli (medeldistans) och söndagen den 30 juli (långdistans) hade OK Torfinn bjudit in landets veteraner till skogarna kring Bjärnum för att utkämpa årets riksmästerskap. Femton LOK:are ställde upp och bäst placerade sig Svend Erik Mathiassen som kom 1:a i H40 på medeldistans och Sara Linse som också sprang in på en första plats fast i D40 på långdistansen.

Svenska mästerskapen

Årets SM-tävlingar, förutom ultralång, avgjordes 2006 i Skåne. Sprinttävlingen arrangerades av Pan-Kristianstad i april. Övriga tävlingar gick i september, då FK Åsen inledningsvis arrangerade långdistanstävlingen. Sedan följde natt (Pan-Kristianstad), medeldistans (Härlövs IF) och stafett (FK Göingarna). Dessutom arrangerade Pan-Kristianstad SM i Pre-O i september. SM i ultralång arrangerades senare i september av Tullinge SK. Lunds OK var orepresenterat vid ultralång-SM, men vid övriga tävlingar fanns vi representerade, med följande resultat:

Sprint-SM 15 april

Tävlingen gick i centrala Kristianstad. David Pettersson och Rasmus Grönlund (H21), Marie Fransson, Elin Necklén, Sara Linse, Helena Lindén och Anna Olsson (D21) samt Caroline Ivarsson och Erica Ek (D18) deltog i kvalet. Ingen av dem tog sig vidare till final. Sara Linse och Caroline Ivarsson var närmast att ta sig vidare (c:a 40 s från kvalificering).

Natt-SM 12 sep

Natttävlingen gick vid Degeberga och Lunds OK var representerade av Rasmus Grönlund, Anders Smedenmark och Peter Hedberg i H21, Anna Olsson och Marie Fransson i D21 samt Erica Ek i D18. Bäst gick det för Anna, som kom på 15:e plats.

Medeldistans-SM 15-16 sep

Den här tävlingen genomfördes med kval på lördagen och final på söndagen. Den gick på Vångaberget och Oppmannaberget. För Lunds OK deltog Marie Fransson och Anna Olsson i D21 samt Erica Ek, Caroline Ivarsson och Matilda Jägryd i D18. Erica gick till final i D18 och slutade på 34:e plats.

Stafett-SM 17 sep

Tävlingen gick i Kullaskogen vid Sporrakulla och Lunds OK deltog med följande lag:

H21	61	David Pettersson, Niklas Jönsson, Rasmus Grönlund, Anders Smedenmark
	70	Malte Lennerstedt, Erik Persson, Peter Hedberg, Andreas Eriksson
D21	51	Sara Linse, Anna Olsson, Marie Fransson
D20	53	Matilda Jägryd, Erica Ek, Caroline Ivarsson

Precisionsorientering 16 sep

I denna tävling var Lunds OK orepresenterat.

Ultralång-SM 23 sep

I denna tävling var Lunds OK orepresenterat.

Ungdoms-SM

Arrangerades av Ronneby OK den 9-10 september. Fyra av våra ungdomar deltog.

H15	101.	Andreas Ivarsson
D15	47.	Sanna Linsefors
D16	72.	Frida Hildingsson
	100.	Stina Jeppsson

I samband med Ungdoms-SM arrangeras en distriktsbudkavle. I denna gick det så här för de lag där våra klubbmedlemmar deltog:

37.	Skåne lag 5	(Sanna Linsefors)
59.	Skåne lag 4	(Frida Hildingsson)
83.	Skåne lag 8	(Stina Jeppsson)
88.	Skåne lag 6	(Andreas Ivarsson)

Sydsvenska mästerskapen

Tävlingen som gick den 9-10 april har mästerskapsstatus i klasserna HD14, HD15 och HD16. Den arrangerades av OK Orion.

H15	20.	Andreas Ivarsson
H14	41.	Carl Swedenborg
	48.	Sture Jeppsson
D16	19.	Stina Jeppsson
	28.	Frida Hildingsson
D15	11.	Sanna Linsefors
D14	21.	Anna Bredfelt

Det arrangeras också en distriktsbudkavle där resultaten för lagen med LOK-deltagare blev följande:

3.	Skåne lag 4	(Sanna Linsefors)
6.	Skåne lag 3	(Anna Bredfelt)
13.	Skåne lag 9	(Frida Hildingsson)
19.	Skåne lag 5	(Andreas Ivarsson och Stina Jeppsson)

Götalandsmästerskapen

Tävlingarna arrangerades av Ringsjö OK vid Norra Rörum den 12-13 augusti. De individuella tävlingarna är för klasserna HD14, HD15, HD16, HD18, HD20 och HD21. För deltagarna från Lunds OK blev det följande resultat:

H21	31.	Anders Smedenmark
	41.	Rasmus Grönlund
H15	36.	Andreas Ivarsson
H14	35.	Sture Jeppsson
D21	12.	Sara Linse
	18.	Marie Fransson
D18	19.	Caroline Ivarsson
D16	32.	Stina Jeppsson
	50.	Frida Hildingsson
D15	28.	Sanna Linsefors
D14	21.	Anna Bredfelt

I distriktsbudskavlen blev resultaten för lagen med LOK-deltagare:

5.	Skåne lag 2	(Anna Bredfelt)
29.	Skåne lag 6	(Andreas Ivarsson)
31.	Skåne lag 5	(Sanna Linsefors och Stina Jeppsson)
33.	Skåne lag 4	(Sture Jeppsson)
46.	Skåne lag 8	(Frida Hildingsson)

Distriktsmästerskap sprint

Säsongens första DM-tävling var sprint som arrangerades av Pan-Kristianstad i samband med SM-tävlingen den 15 april. Klubben fick 3 distriktsmästare och ett antal andra framskjutna placeringar.

D10	1.	Pim Hedberg
D14	1.	Anna Bredfelt
D18	3.	My Hildingsson
D40	3.	Ingela Andersson
D50	2.	Lotta Linsefors
	3.	Christine Edenbrandt
D60	2.	Pritt Forsell-Pirozzi
H40	2.	Mats Bredfelt
H50	2.	Svend-Erik Mathiassen
H60	1.	Bengt Bergman

Distriktsmästerskap natt

Tävlingen arrangerades av Hässleholms OK den 22 september. Denna tävling inbringade ytterligare 3 DM-tecken till klubben. Det blev följande pallplaceringar:

D14	2.	Anna Bredfelt
D50	1.	Lotta Linsefors
D60	2.	Britt forsell-Pirozzi
D65	1.	Barbro Hugosson
H45	1.	Anders Irbäck
H65	3.	Ingemar Svensson

Distriktsmästerskap långdistans

Här blev det 2 DM-vinnare från vår klubb. Tormestorps IF stod för arrangemanget den 27 augusti och så här gick det för de bästa LOK-arna:

D10	2.	Pim Hedberg
D14	2.	Anna Berdfelt
D18	3.	Erica Ek
D40	2.	Ingela Andersson

D50	3.	Lotta Linsefors
D65	2.	Barbro Hugosson
H35	2.	Niklas Jönsson
H50	1.	Svend-Erik Mathiassen
H60	1.	Bengt Bergman
	3.	Christer Jönsson
H65	1.	Ingemar Svensson

Distriktsmästerskap medeldistans

Lunds OK arrangerade den 2 september

Distriktsmästerskap stafett

Lunds OK arrangerade den 3 september

Distriktsmästerskap ultralång

Tävlingen arrangerades av FK Boken den 19 november. Här blev det ytterligare 2 DM-tecken till klubben och en del andra framskjutna placeringar.

D18	3.	Erica Ek
D50	2.	Lotta Linsefors
D65	2.	Barbro Hugosson
H45	1.	Anders Irbäck
H50	2.	Svend-Erik Mathiassen
H65	1.	Ingemar Svensson

Sammanfattningsvis blev det i år 10 DM-tecken till Lunds OK. Grattis till alla DM-segrare! Vi nådde inte upp till förra årets notering (18), men vi kunde ju inte delta i de tävlingar vi själva arrangerade.

Baltic junior cup

Baltic junior cup är en "landskamp" mellan ungdomar och juniorer från Lettland, Litauen, Polen, och Skåne, Halland och Småland. Tävlingen gick i Polen det här året. Frida Hildingsson deltog i D16 och kom på 19:e plats.

Malmökretsmästerskapen - Dag

Tävlingen avgjordes den 4 november vid Teglaröd på Söderåsen med Rävetofta OK som arrangör

D55	1.	Britt Forsell-Pirozzi
	3.	Barbro Hugosson
H21	1.	Peter Hedberg
	2.	Mattias Eriksson
H35	3.	Lars Harrie
H55	3.	Jan Hansson
H65	2.	Ingemar Svensson

Malmökretsmästerskapen - natt

Tävlingen avgjordes i samband med nordvästra kretsens klubbmästerskap vid Ingeborrarp den 20 oktober. Örkelljunga FK var arrangör och tävlingen fungerade också som klubbmästerskap för oss. Endast två av våra medlemmar deltog.

H21	1.	Andreas Eriksson
	2.	Mattias Eriksson

Klubbmästerskap - dag

För vuxna gick tävlingen av stapeln den 22 augusti. Frosta OK arrangerade i Fulltofta-trakten. För ungdomarna var det klubbmästerskap i samband med höstavslutningen på Dalbybadet den 4

november.

D12	1.	Elsa Palmkvist
D16	1.	Stina Jeppsson
D20	1.	Caroline Ivarsson
D21	1.	Tea Finland
D40	1.	Lotta Linsefors
D55	1.	Torill Svendsen
H16	1.	Sture Jeppsson
H21	1.	Andreas Eriksson
H40	1.	Per-Erik Bengtsson
H55	1.	Bo-Anders Nilsson
H65	1.	Stig Olsson

Fyrklubbs

Fyrklubbs gick i år i OK Kompassens regi den 24 september. Vi kom (som vanligt) tvåa i A-gruppen efter PAN-Kristianstad och var knappt en timme efter. Till tredjeplacerade Helsingborgs SOK skiljde ungefär 40 minuter. Vi var 68 deltagare och vann därmed breddtävlingen men marginalen till tvåan var betydligt mindre än vanligt (FK Boken, 50)

De som kom med i vårt lag var i år:

	<u>Lång</u>	<u>Mellan</u>	<u>Kort</u>
Herrar	Andreas Eriksson	Per-Erik Bengtsson	Bo-Anders Nilsson
	Niklas Jönsson	Mattias Eriksson	Bengt Bergman
	Peter Hedberg	Mats Bredfelt	Benkt Anderson
	Rasmus Grönlund	Malte Lennerstedt	Christer Jönsson
	Erik Persson	Jalle Josefsson	Olof Ståhl
Damer	Anna Olsson	Ingela Andersson	Anna Bredfelt
	Lotta Linsefors	Linda Linsefors	Sanna Linsefors
	Caroline Ivarsson	Marie Fransson	Christine Edenbrandt

Tio-mila

Tio-mila gick i år vid Hallsberg. Vi ställde upp med ett herrlag och två damlag. Herrlaget kom på 168:e plats av 328 startande lag och de två damlagen kom 104:a och 225:a av 361 lag. En fullt godkänd insats. Lagen bestod av följande löpare:

<u>Herrar</u>	<u>Damer Lag 1</u>	<u>Damer Lag 2</u>
Anders Smedenmark	Sara Linse	Caroline Ivarsson
Niklas Jönsson	Anna Olsson	Erica Ek
Andreas Eriksson	Marie Fransson	Mathilda Johansson
David Pettersson	Maria Lindahl	Anna Assarsson
Malte Lennerstedt	Helena Lindén	Ingela Andersson
Erik Persson		
Samuel Tranemyr		
Anders Irbäck		
Peter Hedberg		
Rasmus Grönlund		

7-manna / 4—Damma

I år var Hässleholms OK arrangör av tävlingen och den gick i Vedema-området. Vi mönstrade även här ett herrlag och två damlag. Herrlaget kom 38:a av 66 startande lag medan damlagen kom 14:a och 34:a av 50 lag. Vi hade också ett lag i klassen D16 som kom 22 av 25 startande.

Våra representanter in tävlingen var:

<u>Herrar</u>	<u>Damer Lag 1</u>	<u>Damer Lag 2</u>	<u>D16</u>
Rasmus Grönlund	Helena Lindén	Marie Fransson	Sanna Linsefors
Malte Lennerstedt		Erica Ek	Frida Hildingsson
Niklas Jönsson	Anna Olsson	Christine Edenbrandt	Anna Bredfelt
Andreas Eriksson	Caroline Ivarsson	Ingela Andersson	
Peter Hedberg	Sara Linse		
Lars Harrie			
Anders Smedenmark			

Jukola / Venla

Även i år for två lag i österled för att försvara Lunds OK:s färger. Herrarna hade kombinationslag med OK Kontinent. Kavlarna gick i Salo den 17-18 juni. Herrlaget kom på 306:e plats av 1115 fullföljande lag. Damlaget kom på 102:a plats av 798 fullföljande, vilket var mer än 100 placeringar bättre än i fjor.

Våra lag:

Herrar

Erik Persson
Per Aspegren (OKK)
Rasmus Grönlund
Anders Smedenmark
Lars Harrie
Malte Lennerstedt
Johan Aspegren (OKK)

Damer

Helena Lindén
Marie Fransson
Anna Olsson
Sara Linse

Tjoget

Även i år for vi till Småland med två lag och i sommarsolen den 1-2 juli samlades vi i Skurebo. Vi tog oss i mål som 28:a respektive 75:a av 88 startande lag.

Lag 1

Rasmus Grönlund
Marie Fransson
Anna Bredfelt
Peter Hedberg
Mathilda Johansson
Gert Nielsen
Caroline Ivarsson
Erik Persson
Malte Lennerstedt
Ingela Andersson
Richard Andersson
Sanna Linsefors
Håkan Svensson
Karl-Gunnar Olsson
Mats Bredfelt
Esbjörn Kjell
Lars Harrie
Svante Lennerstedt
Maria Lindahl
Sara Linse

Lag 2

Oskar Persson
Agnes Olsson
Karin Bredfelt
Sammy Tranemyr
Pim Hedberg
Tina Andersson
Stina Jeppsson
Magnus Johansson
Jalle Josefsson
Henrik Håkansson
Mats Hildingsson
Sture Jeppsson
Anna Assarsson
Andreas Ivarsson
Frida Hildingsson
Anders Freij
Bitte Pott
Björn Linse
Aina Jeppsson
Harald Freij

25-manna

I år åkte vi iväg till 25-manna med ett kombinationslag med Rävetofta OK. Vi placerade oss som 164 av 348 startande lag

Lagmedlemmar:

Andreas Eriksson	Christina Segerslätt (ROK)	Cecilia Olsson (ROK)	Anna Persson (ROK)
David Pettersson	Britt Forsell-Pirozzi	Torill Svendsen	Therese Persson (ROK)
Desirée Segerslätt (ROK)	Kristian Svensson (ROK)	Niklas Olsson (ROK)	Anders Svensson (ROK)
Sven-Erik Forsell	Jakob Segerslätt (ROK)	Benkt Andersson	Hugo Mattsson (ROK)
Sten Segerslätt (ROK)	Emil Bendroth (ROK)	Eva-Lotta Bengtsson (ROK)	Anna Olsson
Lennart Svenssin (ROK)	Jannie Hagård (ROK)	Erik Persson	
Magnus Linde (ROK)		Marie Fransson	

Smålandskavlen

I år arrangerades Smålandskavlen nästan så nära Skåne man kan komma utan att vara där. OK Älme höll i trådarna och tävlingsplatsen var Hallaryd. Herrlaget blev 103:a av 137 startande lag. Vårt damlag på 55:e plats av 67 lag. Vi hade ett lag i H16 som slutade 68:a av 73 lag och ett D16 lag som kom 37:a av 51 lag.

Deltagare:

<u>H21</u>	<u>D21</u>	<u>H16</u>	<u>D16</u>
Peter Hedberg	Anna Olsson	Sture Jeppsson	Stina Jeppsson
Malte Lennerstedt	Mathilda Johansson	Karl Dannbring	Anna Bredfelt
Jalle Josefsson	Lisa Andersson	Lucas Wändel	Frida Hildingsson
Mattias Eriksson	Erica Ek	Andreas Ivarsson	Sanna Linsefors
David Pettersson			

Familjebudkavle dag

Familjen Freij arrangerade vid Dalbybadet. den 22 augusti. 8 familjelag och 6 i öppna klassen stod på startlinjen. Familjen Ivarsson segrade i en tävling i skymningen, sedan både familjerna Bredfelt och Hedberg/Andersson missat en stämpling.

1. Ivarsson (Thomas - Andreas - Caroline)
2. Sörvik (Odd - Lina - Jens)
3. Jeppsson (Aina - Sture - Stina)

Familjebudkavle natt

Den 7 november var det dags för nästa familjekavle. Nu var det förra årets segrare, Fransson/Grönlund som arrangerade vid Dalbybadet. Tävlingen hade lockat 6 familjelag och ungefär lika många i öppen klass. Segrare efter en dramatisk tävling blev Mattias och Andreas Eriksson.

1. Eriksson (Mattias - Andreas)
2. Bredfelt (Anna - Mats)
3. Linsefors (Lotta - Sanna)

Bästa LOK:are

Meddelas på årsmötet

Poängtävlingen

Meddelas på årsmötet

Bragdyxan

Meddelas på årsmötet

Kurt Lidéns stipendium

Meddelas på årsmötet

Ungdomsverksamhet

År 2006 har varit ett av de bästa åren någonsin för LOKs barn och ungdomar. Precis som under år 2005 har antalet aktiva barn och ungdomar ytterligare ökat liksom antalet aktiviteter, vi har varit med om att vinna Elitdivision i SKOFs ungdomsserie, Ungdomscupens A-final och kretsens ungdomscup samt representerats i större tävlingar såsom SSM, GM, USM och Baltic cup. Dessutom utsåg SKOFs Ungdomskommitté oss till Skånes bästa ungdomsklubb.

Årets träningar – Orienteringssäsongen inleddes med ”Kom i gång-träning” under februari då det under tre lördagar anordnades träning med en blandning av teori och praktik för att repetera och vidareutveckla förra årets färdigheter. Vid det första träningstillfället anordnades även en Kick-Off med information om bland annat vårens och sommarens aktiviteter. Under våren (mars-juni) och hösten (aug-okt) anordnades orienteringsträning på tisdagar samt löpträning på torsdagar. Under varje tisdagsträning har 2-3 aktiviteter anordnats med olika svårighetsgrader, för att passa barn och ungdomar mellan vit och violett nivå. De äldre ungdomarna har i några fall kunnat träna tillsammans med de vuxna. Antalet deltagare på tisdagsträningarna har ett flertal gånger passerat 50-strecket, vilket ställer krav på vår organisation men även visar på att vår verksamhet är populär. För de mest inbitna ungdomarna hölls årets sista orienteringsträning den 26/12 då vi bland annat kontrollerade att brunbilderna på Dörröds fälad stämde. Löpträningen på torsdagar har nästan utan undantag pågått från hela året. Sista passet hölls den 28/12 om vi nu inte tar med det pass på nyårsafton som ungdomarna själva bjöd in till. Under vintern (jan-feb och nov-dec) har som vanligt träning skett i Vikingaskolans gymnastiksal. De yngre har startat med blandade aktiviteter under en timme varefter de äldre tagit vid efter inledande löpträning. Under hösten har omkring 20 personer deltagit i respektive grupp vilket är en ökning sedan förra vintersäsongen.

Nybörjarkurs – Årets ungdomskurs var mycket populär och flera av deltagarna har fortsatt under hösten vilket är mycket glädjande. Under hela året har även flera ungdomar kommit till som fått ”privatlektioner” i orienteringsgrunder.

Ungdomscupen – Även i år har fem individuella ungdomscupstävlingar arrangerats i kretsen. I år kunde vi ta hem segern ganska enkelt då vår värsta och käraste konkurrent OK Kontinent ej kunnat möta upp mot vårt ökande deltagarantal. Vid A-finalen i Sjöbo tog vi hem hela kalaset då vi vann över Helsingborg med 31 poäng. Vid finalen hade vi 52 löpare ute i skogen.

Ungdomsserien – VI VANN HELA SERIEN ÄNNU EN GÅNG – Vårt mål att komma bland de främsta slog vi med råge då vi vann elitdivisionen med hela 273 poäng före Helsingborgs SOK och 294 poäng före Örskellunga FK. Det var fjärde året på raken som LOK vann sin division i ungdomsserien. I år samlade vi ihop 1481 poäng och hade totalt 142 starter vilket även det var mest. Totalt sett hade vi mindre antal startande i år än i fjor, detta på grund av att vi själva arrangerade en av deltävlingarna. I medel hade vi dock över 35 deltagare vid de fyra deltävlingar som vi kunde vara med i. I den individuella tävlingen kom 7 av våra ungdomar bland de 10 bästa i sin klass, av dessa blev Pim Hedberg 1a i D10 och Anna Bredfelt 2a i D14.

Ungdomens 10-mila – I år var första året på länge som vi ställde upp med lag i denna stafett. Tillsammans med juniorerna fick vi ihop två lag i D18-klassen, lagens placeringar blev 67 respektive 86 av totalt 97 startande lag.

Ungdoms-KM – I samband med höst avslutningen arrangerade ungdomskommittén klubbmästerskap i klasserna D12, D15, H12 och H 16. Tyvärr fick klassen H12 strykas på grund av för få deltagare (ingen tog sig runt), däremot var det många som sprang den alternativa vita banan.

SKOFs verksamhet – Flera av våra äldre ungdomar har blivit uttagna till SSM, GM och USM inkl. träningsläger samt tävlingsresa till Västergötland och Regionläger i Eksjö. Vi har även haft en deltagare vid Baltic cup. Vid årets ungdomsnatta i Sjöbo deltog 20 ungdomar och 6 ledare. Klubben har även haft flera deltagare på Vinterlägret i januari och på de två längre breddlägren som anordnades i juni.

Egna läger– I slutet av maj arrangerades ett miniläger för de yngsta då knappt 15 barn deltog. Lägret innehöll träningar kring Torna Hällestad och övernattnin på en scoutgård utanför Dörröd på Rommelåsen. I mitten av september anordnades en nöjes- och tävlingsresa till Göteborg där både aktiva och föräldrar bjöds in. På denna bussresa följde mer än 50 personer med. I början av december arrangerades traditionsenligt en uppesittarnatt. Avslutningar – Både vår- och höstsäsongen avslutades med fest. Vid våravslutningen i juni deltog drygt 70 föräldrar och barn i olika skogäventyr innan pastasallad och prisutdelning. Vid höstens avslutning i november arrangerades ungdoms-KM, efter tävlingen bjöds på knytkalas innan sedvanlig prisutdelning. Ungdomskommittén – Det gångna året har inneburit ett utökat arbetet för ungdomskommitténs deltagare genom ökat antal barn och träningstillfällen. Alla har dragit sitt strå till stacken och både ungdomar och ledare har gjort ett fantastiskt arbete.

Träningsverksamhet

Träningskommittén (TK) inom Lunds OK, bestående av Anders Smedenmark(sammankallande), Andreas Eriksson, Annika Wigren och Lars Harrie, har under året genomfört ett stort antal aktiviteter. Vi började i vintras med att ett klubbägar i trakterna kring Kristianstad då SM går där till hösten. Lägret hade många deltagare. Under sommaren anordnades även några träningsdagar i SM-lik terräng. TK har ordnat OL-träningar varje tisdag i klubbstugan eller på annan karta. Vi har försökt att vara så lite som möjligt i Skrylleskogen då den dels är välkänd och dels inte ger den teknikutövning som vi behöver. Torsdags-träningarna har bestått ömsom av intervaller från Lerbäcksskolan och innebandy efteråt och ömsom egen träning. Deltagarantalet har inte varit högt på de torsdagar vi haft. På egen träning har en del tränat med Ekmans i stadsparken eller annan sporadisk gemensam träning tidigare på dagen. På lördagar under vinterhalvåret har vi tillsammans med Team Syd ordnat långdistansorientering i grupp. Ett uppskattat arrangemang för de som tränar mycket. Nattcupen i slutet på året arrangerades även i år med ett bra deltagarantal på de två kortare barnorna men med en aning lågt deltagarantal på seniorbanorna. Stort tack till de som höll i deltävlingarna resultatåtergivningen på nätet. TK har även varit mycket drivande i arrangerandet av S:t Hans Extreme som ordnades till förmån för Jukolare-san. Ca 130 deltagare dök upp på arrangemanget i år. TK hoppas på fortsättning och en utveckling av arrangemanget.

Kartor

Under våren så färdigställdes kartan norr om Bosarparjön av Kjell Björup, Ingemar Svensson, Gert Nilsson, Christer Ljungqvist och Yngve Ernstsson (FK Göingarna). Kartan användes till kort- och budkavle-DM som arrangerades i början av september. Under hösten har en större del av Romeleås-kartan reviderats av Ingemar Svensson och Bo Svensson (Tockarps IK). Kjell Björup har renritat Bo Svenssons arbete. Kartan ska användas till vårtävlingarna 2007.

Lundarundan och Lunchpromenader

Deltagarna i årets Lundarunda fick vara med på en vandring Lunds parker. Årets tema var nämligen "Det gröna Lund, en tur bland parker och träd". Deltagarna kunde besöka 30 stycken gamla som nya parker i hela Lund och bekanta sig med flera unika växter.

Totalt såldes ca 750 paket vilket är en liten försämring mot föregående år då vi sålde nästan 800 stycken.

Det ekonomiska nettot av Lundarundan blev ca 45 000 kronor, en tung inkomstpost i budgeten. Till detta ska läggas att klubben också uppmärksammas genom arrangemanget, både genom paketet och i en del artiklar i de stora dagstidningarna.

Klubben har i år också producerat och sålt ett antal så kallade "Lunchrundor". En fotoorientering som bygger på samma koncept som Lundarundan. Femton kontrollpunkter har valts ut inom en radie av 1 kilometer från ett företag. Paketet innehåller ett utsnitt i A4 format av klubbens stadskarta, ett fotoblad samt ett startkort. Deltagarna bestämmer själv i vilken ordning och vid vilka tillfällen man besöker kontrollerna. Företaget bestämmer perioden och eventuella priser. Ca 220 exemplar sålde vi i år till Tetra Pak, Lunds Kommun och Universitetssjukhuset.

Tävlings- och träningsarrangemang

I år arrangerade vi DM i medeldistans och budkavle-DM den 2 och 3 september. TC var förlagt vid N Pårup

norr om Bosarapasjön och vi använde egen karta. Lördagen bjöd på strålande (sommari!)väder och 610 deltagare njöt av den fina bokskogsslutningen norr om TC. Budkavlen lockade ca 500 deltagare och då utnyttjade vi markerna väster om TC. Därutöver genomfördes för tredje året i rad den 23 maj en 10 km alternativt 5 km snitslad parklöpning på St Hans backar med drygt 120 deltagare, däribland Johan Modig. Arrangemanget rönt åter mycket uppskattning av deltagarna som fick känna av up till 560 höjdmetrar i benen. Under året har vi kontinuerligt lagt "månadens bana" i Skrylleskogen. Banan anslås på anslagstavlan i Skrylle och är öppen för alla att springa närhelst det passar. Förutom ovan nämnda tävlingar så deltog klubben med arrangemang inom kretsen så som Vintercupen och Lilla 5-dagars.

Externa föreningsengagemang

Vid SKOF's årsmöte representerades klubben av Christer Ljungquist och Britt Forsell Pirozzi. Medlemmar från styrelsen har deltagit i SKOF's föreningsledarträffar. Representanter från klubben har deltagit i de flesta av SKOF's konferenser samt deltagit i möten med kretsen och PIL (Parapyorganisationen för Idrottsföreningarna i Lund.)

Christer Ljungquist har varit sekreterare i PIL's styrelse. Kjell Björup har ingått i SKOF's kart- och markkommitté, Ing-Britt Swedenborg i SKOF's ungdomskommitté och Marie Fransson i SKOF's juniorkommitté.

Publikationer

Under 2006 har medlemstidningen Lövet kommit ut med 5 nummer. Lövet innehåller dels information om träningar, tävlingar, ungdomsverksamhet och andra kommande arrangemang, och dels resultat och reportage. Under året har vi i varje nummer presenterat en aktiv under "Månadens profil". Redaktionen har strävat efter att täcka en så stor del av klubbens verksamhet som möjligt. Välkomna bidrag har också lämnats av klubbmedlemmar som varit ute på någon OL-resa eller något annat intressant.

Förutom Lövet fungerar också klubbens hemsida på Internet som en informationskanal för alla våra medlemmar och andra intresserade.

Ekonomi

Glädjande nog ger årets verksamhet ett överskott på ca 10.000 kr. Detta beror helt på att vi har haft icke budgeterade intäkter från ett antal mindre OL-arrangemang, som vi har kunnat genomföra på beställning. De extra intäkterna uppväger att ungdomsverksamheten har kostat mer än budgeterat och har även möjliggjort inköp av egen och mer lätthanterlig tävlingsmateriel till våra arrangemang.

Till sist vill vi tacka alla våra bidragsgivare under 2006 som har bidragit både ekonomiskt och med tjänster till vår verksamhet. Våra sponsorer under 2006 har varit August Lundbergs Byggnads AB, Lunds Kommun, Lindelöfs Cykel, Sven Snogerup, Team Sportia, Tetra Pak, Wändels samt alla de företag som gynnat oss med annonser på våra kartor.

Lund i januari 2007,
Styrelsen för Lunds OK

ROMELETRÄFFEN

Det börjar närma sig att arrangera våra tävlingar som äger rum 31 mars och 1 april. Tävlingsplatsen ligger vid Enehusa, första åkern norr om vägen österut från Björnstorps Torg inte långt från Romeleklint. TC ligger på en höjd med en underbar utsikt över Vombsänkan

Det ska bli riktigt roligt att arrangera en tävling på hemmaplan vilket Romeleåsen är.

I nedanstående funktionärslista är många av klubbens medlemmar uppsatta att hjälpa till att göra en bra tävling. Några har ställt upp som ansvariga för vissa områden och tar kontakt med medhjälparna för att förvissa sig om att alla som behövs är på plats tävlingsdagen.

Materialbehovet inom varje arbetsområde meddelas till matrialgruppen.

Containern lastas på måndag 26 mars och Tomas Ivarsson kör ut den till TC på tisdag 27 mars.

Tidtabell

Lördag 17 februari	Möte på TC kl 10.00
Lördag 17 mars	En liten koll på TC kl 10.00 (snöfritt?)
Måndag 26 mars	Arbete på Stallet kl 18.30. Kontroll av bantryck mm.
Onsdag 28 mars	Arbete på Stallet. Kl 18.30. Fortsatt arbete vid behov.
Fredag 30 mars	Uppbyggnad av TC och övriga faciliteter. Samling kl 14.00 för gemensamma insatser.
Lördag 31 mars	TÄVLING. Samling på TC kl 8.00 (Eller annan tid som din grupp bestämt)
Söndag 1 april	TÄVLING. Samling på TC kl 8.00 (Eller annan tid som din grupp bestämt). Med gemensamma krafter ska vi vara klara kl 15.00

Funktionärslista:			17	17	26	28	30	31	1
			feb	mar	mar	mar	mar	mar	apr
Tävlingsledning									
Christer Ljungquist		046-143989 0702-267599	x	x	x	x	x	x	x
Banläggning									
Berth Andersson	Ansvarig	040-480953 0709-820940	x	x	x			x	x
Håkan Svensson	Biträdande	046-134447 0703-061858						x	x
Markägarkontakter									
Bengt Bergman		046-55244 0703-737260			x				
Kontrollutsättning									
Lars Harrie	Ansvarig Lö	046-133538 0702-280967	x	x		x	x	x	x
Per Linse							x	x	x
Svend-Erik Mathiassen							x	x	x
Jarl Josefsson							x	x	x
Andreas Eriksson							x	x	x
Maria Lindahl							x	x	x
Malte Lennerstedt	Ansvarig Sö	046-189171 0704-108316				x	x	x	x
Anders Jägryd							x	x	x
Anders Svensson							x	x	x
Anders irbäck							x	x	x
Mattias Eriksson							x	x	x
Jens Sörvik							x	x	x
Rickard Andersson							x	x	x
Material, TC, toaletter									
Svante Lennerstedt	Ansvarig	046-123911 0768-001586	x	x	x		x	x	x
Stig Lindskog					x		x	x	x
Thomas Tuveesson					x		x	x	x
Mats Ljungqvist					x		x	x	x
Tom Lindberg					x		x	x	x
Sekretariat									
Peter Hedberg	Ansvarig	046-55110 0704-246949	x	x			x	x	x
Michael Andersson							x	x	x
Effe Hjelm								x	x
Claes Linsefors								x	x
Gunnar Magnusson								x	x
Harald Freij								x	x
Tobias Linsefors								x	x
Mål									
Olof Ståhl	Ansvarig	046-209354 0733-61250	x	x	x		x	x	x
Sven-Erik Forsell					x	x		x	x
Mats Bredfelt					x	x	x	x	x
Jarl Josefsson					x	x		x	x
Anders Freij					x	x	x	x	x

Funktionärslista:

17 17 26 28 30 31 1
 feb mar mar mar mar mar apr

Barnpassning

Inga Ljungqvist	Ansvarig	046-143989	0702-925647				x	x	x
Karin Bergman								x	x
Sanna Linsefors								x	x
Tina Andersson								x	x
Annika Mårtensson								x	x

Karttryckning

Gert Nilsson		046-51729	0706-851729				x		x	x
--------------	--	-----------	-------------	--	--	--	---	--	---	---

Kontroll av banpåtryck, "kartlogistik"

Christine Edenbrandt	Ansvarig	046-125242					x	x	
Lars Edenbrandt							x	x	

Viltrapport

Bengt Bergman		046-55244	0703-737260						x	x
---------------	--	-----------	-------------	--	--	--	--	--	---	---

Speaker

Anna Olsson	Ansvarig	046-731235	0704-036537	x	x		x	x	x	x
Annika Wigren									x	x
Maria Lindahl									x	x
Mattias Eriksson							x	x	x	x
Anna Bredfelt									x	x
Frida Hildingsson									x	x

Kassör

Sedney Hugosson		046-200788	0730-687990	x	x	x	x	x	x	x
-----------------	--	------------	-------------	---	---	---	---	---	---	---

20 21 32 21 58 117 119

Notiser

PRISER TILL TÄVLINGARNA I ÅR

Vi har i år att arrangera 4 stycken tävlingar och till dessa behövs det en diger prissamling.

Vi delar bara ut priser i ungdomsklasserna numera.

Titta i dina gömmor om du har något lämpligt, kolla på jobbet om arbetsgivaren kan ställa upp med något eller om du dyker på något annat.

Lämna priserna till Kristina Hjelm tel 046-51628, 0708-478291 som har hand om dom till tävlingarna.

Färs & Frosta Idrottsledarstipendium

Ing-Britt Swedenborg har tilldelats ett stipendium på 5000 kr som hon har fått för ett exceptionellt utomordentligt arbete med klubbens ungdomar.

Under rubriken "Varför nominerar vi denna ledare" har vi formulerat det så här:

Ing-Britt har utfört en bragd. Klubben på slätten har utvecklats till att bli Skånes största och bästa klubb på ungdomssidan med segrar i både ungdomsserien och ungdomscupen. Vi är djupt imponerade av Ing-Britts arbete med ungdomarna.

Under rubriken "Beskrivning av ledaren" tyckte vi så här:

Ing-Britt är en inspirerande och målmedveten ledare som med sitt engagemang får alla med sig i arbetet med ungdomarna.

Ing-Britt har en förmåga att organisera verksamheten på ett enkelt och systematiskt sätt. Det har fått våra ungdomar att utvecklas i positiv riktning. Antalet ungdomar i klubben har ökat med över 100%. Tillsammans med Ing-Britt är det en glädje att arbeta med ungdomarna. Ing-Britt har varit ansvarig för ungdomsverksamheten sedan 2003 och tillsammans med övriga familjen lägger hon ner den mesta av sin fritid på klubbarbetet. Det egna tävlandet ligger hon lågt med utan ger helhjärtat sitt stöd till ungdomarna..

Christer Lj

Notiser

43-KAVLEN

Nu tjarar jag om 43-kavlen igen. Undrar om det bara är jag (och ett par till) som tycker att det är kul att springa i Östergötland första helgen i augusti. Jag vet att många tycker att det ligger fel i tiden i förhållande till 5-dagars o ungdomens 10-mila och semester. Men det går ju att planera och det är inte så långt att köra till Åtvidaberg o hem igen på helgen.

Klasserna är som följer:

H 43 (10 löpare) snittålder 43, min. ålder 35 (dag/natt)

H 55 (5 löpare) snittålder 55, min. ålder 50

D 43 (5 löpare) snittålder 43, min. ålder 35

HD60 (3 löpare) snittålder 60, damer min 50, herrar min 60

Vi kan väl även tänka oss kombinationslag, eller? T ex Rävetofta, Malmö OK ??

Alla över 35 som är intresserade, hör av er till mig snarast, så att vi kan få veta om vi skall gå vidare. (Jag har självmant tagit på mig rollen som kavlefösare för detta)

Torill, tel 046/57975 eller benkt.anderson@spray.se

Bli sambo men LOK:s ungdomar på O-ringen.

Vi planerar att fixa boende på hårt underlag och med kokmöjligheter till sommarens stora begivenhet – O-ringen i Mjölby. Vi hoppas på att få tag i ett så centralt boende som möjligt. Om du/ni är intresserade så hör av er och preliminärboka det antal platser du/ni behöver senast den 25/2.

Med vänliga hälsningar

Ungdomskommittén

Mats Bredfelt

Tel. 046-20 11 00

E-post mats.bredfelt@telia.com

Provlöpning av banorna till vår tävling.

Söndag 11 mars. Start mellan 10-11.

Samling ute på TC.

Banläggarna genom Håkan

Träningar

Tisdagsträningarna under januari och februari blir mest distanspass med lampa från Stallet. Vissa gånger blir det slingor på stig och i terräng andra gånger någon form av OL-bana. Under mars och april blir det en blandning av intervallträning (i skog) och teknikträning på annan karta. Slutet av våren kommer vi främst att hålla till vid St Hans och Stallet.

Samåkning från MaxLab 17.58 varje tisdag om inget annat anges. Platserna är preliminära (särskilt framåt april/maj). Se klubbens hemsida för aktuell information.

TK-Lasse

Dag	Månad	Plats	Träning
23	Januari	Stallet, Dalby	Distansträning skog
30	Januari	Stallet, Dalby	Grupporientering, gemensam start
6	Februari	Stallet, Dalby	Hemlängtan
13	Februari	Stallet, Dalby	10 km test eller månadens bana
20	Februari	Stallet, Dalby	OL-bana
27	Februari	Stallet, Dalby	Distansträning skog
6	Mars	Vomb	Natträning
13	Mars	Stallet, Dalby	Intervallträning skog
20	Mars	Bokskogen	Natträning
27	Mars	Stallet, Dalby	OL-träning
3	April	Stallet, Dalby	Intervallträning skog
10	April	Romeleåsen	Kurvteknik, uppföljning
17	April	Stallet, Dalby	Kartminne, kartförenkling
24	April	Ej bestämt ev. Sjöbo-Ora	Vägvalsteknik (natt för de som vill)
1	Maj	Ingen organiserad träning	-
8	Maj	Stallet, Dalby	Kartminne
15	Maj	Stallet, Dalby	Intervallträning skog
22	Maj	Stallet, Dalby (ev. St Hans Extreme)	10 km test eller månadens bana
29	Maj	St Hans	Sprintträning

Torsdagsträningar

På torsdagar kör vi intervall- och/eller backträning i grupp från Lerbäcksskolan. När det blir ljus springer vi på S:t Hans backar, tills

dess håller vi oss där det finns elljus, t.ex. i Stadsparken. Vi börjar klockan 18.00 och håller på i en knapp timme. Efter löpningen spelar vi innebandy om intresse finns.

TK

Gemensamma träningar för junior/senior i Skåne 2007

Vi i Skof har tänkt att arrangera gemensamma träningar i skåne för juniorer och seniorer under 2007. Detta för att erbjuda bättre och fler träningar för junior/senior.

Dessa träningar kommer vara ungefär varannan onsdag. Info kommer att finnas på skofs hemsida och även på loks hemsida.

Programmet ser just nu ut så här:

7 mars	FK Åsen	Natt OL
11 april	FK Boken	

Det är även några gemensamma lördagsträningar kvar.

3 februari	Pan Krisitanstads träningspaket
17 februari	Hjärnarp

MVH
Marie

Spring cup och andra aktuella tävlingar

Tävlingssäsongen närmar sig med stormsteg. Här finns info om några tävlingar som snart väntar. För spring cup är det sista anmälan till arrangörerna den 20:e februari.

2-4 mars: pans vartävlingar <http://www.pan-kristianstad.nu/arrangemang/marstav1.html>

9-11 mars: Hallandspremiären <http://www.svenskidrott.se/Organisation.asp?OrgElementID=27781&CatId=366298>

17-18 mars: OK Orion, Silva junior cup <http://www.okorion.com/arrangemang/2007/2007-03-17/>

23-25 mars: spring cup <http://www.springcup.dk/springcup/2007/>

1 april: Ultralång-SM i Jönköping <http://www.jonkopingsok.nu/sm/>

13 april: Natt-SM i Åkulla, Halland <http://www.svenskidrott.se/Organisation.asp?WCI=wiKlubbKassaNews&WCU=819827>

15 april: Spring-SM i Varberg <http://www.svenskidrott.se/Organisation.asp?WCI=wiKlubbKassaNews&WCU=819829>

Junior/seniorinfo inför 2007:

Här kommer lite info till juniorer och seniorer ang vilka viktiga tävlingar som är 2007 och vilka resor som SKOF kommer anordna bussresa till. Lite info om SM på slutet.

Som vanligt så arrangeras Silva junior cup. I år ser programmet ut som följer:

- 1 17 mars OK Orion, sprint (endast final)
- 2 18 mars OK Orion, medel
- 3 1 april Jönköpings OK, SM, Ultralång
- 4 13 april FK Friskus-Varberg, SM, natt
- 5 15 april FK Friskus-Varberg, SM, sprint
- 6 21 april OK Klyftamo, lång - SKOF anordnar bussresa
- 7 22 april Sävedalens AIK, medel - SKOF anordnar bussresa
- 8 17 maj Rehns BK, lång - SKOF anordnar bussresa
- 9 19 maj Rehns BK, sprint (endast final) - SKOF anordnar bussresa
- 10 25 juli O-Ringen, etapp 3, medel
- 11 23-27 juli O-Ringen, total
- 12 18 augusti Stora Tuna IK, final, lång

Mer information om SKOF's bussresor finns på skånes orienteringsförbunds hemsida. Både juniorer och seniorer är välkomna på dessa resor.

SM:

- 1 april Jönköpings OK, SM, Ultralång
- 13 april FK Friskus-Varberg, SM, natt
- 15 april FK Friskus-Varberg, SM, sprint
- 15-16 september OK Löftan SM klassisk
- 21-22 september Halmstad OK SM medel
- 23 september Halmstad OK SM stafett

Till dessa tävlingar så samordnar SKOF resorna för skåningar. Se mer på hemsidan.

Andra viktiga tävlingar att satsa på och att springa är:

- 23-25 mars Spring Cup - Roskilde/Hilleröd
- 5-6 april 7-manna - Ronneby
- 28-29 april 10 mila - Eskilstuna
- 3-6 maj NOM på Bornholm
- 16-17 juni Jukola
- 28-20 september Baltic cup i Lettland

För seniorerna är det Elitserien som gäller:

- 1 1 april Ultralång, (SM) Jönköpings OK
- 2 15 april Sprint, (SM) FK Friskus-Varberg
- 3 21 apr Lång, OK Vilse 87
- 4 22 apr Medel, OK Vilse 87
- 5 27 apr Sprint, Tiomilaföreningen
- 6 12 maj Medel, Leksands OK
- 7 12 juli Sprint, (VM-test) Pan-Kristianstad
- 8 14 juli Medel, (VM-test) Pan-Kristianstad
- 9 15 juli Lång, (VM-test) Pan-Kristianstad
- 10 16 september Lång, (SM) OK Löftan
- 11 20 oktober Final, OK Enen, Enköping

//Marie

Tävlingar

Datum	Tävlingsnamn	Disciplin	Arrangör
2007-03-02	Pan-Natten	NATT	OK Pan-Kristianstad
2007-03-03	Skåne-Mixen	STAF	OK Pan-Kristianstad
2007-03-04	Pan-Våren	LÅNG	OK Pan-Kristianstad
2007-03-18	Frosta OK Nationell Tävling 2007	LÅNG	Frosta Orienteringsklubb
2007-03-25	Ringsjö OK	LÅNG	Ringsjö Orienteringsklubb
2007-03-31	Romeleträffen Lördag	MED	Lunds Orienteringsklubb
2007-04-01	Romeleträffen Söndag	LÅNG	Lunds Orienteringsklubb
2007-04-05	Skärtorsdagsnatten	LÅNG	Hästveda Orienteringsklubb
2007-04-06	Pan-Kristianstad, Pre-O natt	PREO	OK Pan-Kristianstad
2007-04-07	Pan-Kristianstad, Pre-O	PREO	OK Pan-Kristianstad
2007-04-07	Skånepåsk - Påskafton	LÅNG	Hästveda Orienteringsklubb
2007-04-08	OK Torfinn		Orienteringsklubben Torfinn
2007-04-08	Härlövs IF, Pre-O	PREO	Härlövs Idrottsförening
2007-04-09	OK Torfinn	LÅNG	Orienteringsklubben Torfinn
2007-04-14	Vildmarksfejden		Friluftsklubben Göingarna
2007-04-15	Göingefejden		Friluftsklubben Göingarna
2007-04-21	Åsbofejden OK Kompassen/Örkelljunga FK		Orienteringsklubben Kompassen
2007-04-22	Åsbofejden OK Kompassen/Örkelljunga FK		Orienteringsklubben Kompassen
2007-04-28	Vårflåset FK Åsen	LÅNG	Friluftsklubben Åsen
2007-04-29	Örkenedsträffen		Orienteringsklubben Gyngö
2007-04-30	Vättefejden - Tockarps IK	LÅNG	Tockarps Idrottsklubb
2007-05-12	Ungdoms-Cup, Göingekretsen	LÅNG	Tormestorps Idrottsförening
2007-05-26	Sprint stafett		Friluftsklubben Boken
2007-06-03	DM Sprint Skåne		Hässleholms Orienteringsklubb
2007-06-03	Pre-O Hässleholm		Hässleholms Orienteringsklubb
2007-06-29	Tre Skåningar och En Dansk	MED	Helsingborgs Skid o Orienteringsklubb
2007-07-09	Andrarums IF, 3-kvällars på Österlen		Andrarums Idrottsförening
2007-07-12	Elitserie och VM-test, sprintdistans	SP	OK Pan-Kristianstad
2007-07-14	Elitserie och VM-test, medeldistans	MED	OK Pan-Kristianstad
2007-07-14	Pans Sommar-2-dagars, dag 1	MED	OK Pan-Kristianstad
2007-07-15	Pans Sommar-2-dagars, dag 2	LÅNG	OK Pan-Kristianstad
2007-07-15	Elitserie och VM-test, långdistans	LÅNG	OK Pan-Kristianstad

Tävlingar

Datum	Tävlingsnamn	Disciplin	Arrangör
2007-08-11	Ucupen		OK Pan-Kristianstad
2007-08-12	Tormestorpsträffen	LÅNG	Tormestorps Idrottsförening
2007-08-18	Helsingborgs SOK, medeldistans	MED	Helsingborgs Skid o Orienteringsklubb
2007-08-19	Helsingborgs SOK, medeldistans	LÅNG	Helsingborgs Skid o Orienteringsklubb
2007-08-19	DM Ultralång för Skåne		Helsingborgs Skid o Orienteringsklubb
2007-08-22	OK Torfinn medeldistans	MED	Orienteringsklubben Torfinn
2007-08-25	Önnarpsdubbeln	LÅNG	Hjärnarps GH Orienteringslöpare
2007-08-26	Önnarpsdubbeln	LÅNG	Hjärnarps GH Orienteringslöpare
2007-08-31	Distriktsmästerskap natt		Orienteringsklubben Kontinent
2007-09-08	DM-Medel, Skåne		Andrarums Idrottsförening
2007-09-09	DM-Stafett, Skåne		Andrarums Idrottsförening
2007-09-16	Fyrklubbs, OK Silva/Rävetofta OK		Orienteringsklubben Silva
2007-09-16	Fyrklubbs, Pre-O		Orienteringsklubben Silva
2007-09-23	Tyringerundan 2007	LÅNG	Orienteringsklubben Tyringe
2007-09-29	Höstyrans medeldistans		Friluftsklubben Boken
2007-09-30	Höstyrans Långdistans		Friluftsklubben Boken
2007-10-07	Stadsorientering i Eslöv	LÅNG	Eslövs Friluftsklubb
2007-10-13	Ungdomscupfinal	LÅNG	Lunds Orienteringsklubb
2007-10-13	Natt PreO	PREO	Lunds Orienteringsklubb
2007-10-14	Preo		Malmö Orienteringsklubb
2007-10-14	Ungd. 7-manna	STAF	Lunds Orienteringsklubb
2007-10-21	Hedjakten		Andrarums Idrottsförening

SHE - St Hans Extreme

"Tillhör du de som tror att Lund är platt?...hehe, glöm det"
/Tävlingsledaren

Lunds OK välkomnar till

St Hans Extreme by Craft 23/5 2007



**Motionsloppet för dig som söker en utmaning!
Start och mål vid St Hans Backar i Lund**

5 eller 10 km

Anmälan senast 16 maj

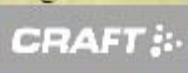
Mer info på

<http://www.she.lundsok.se>

Sponsorer och arrangör:



Klostergatan 10, Lund



www.teamsportia.se www.craft.se www.watchoutklockor.se www.tetrapak.com www.lundsok.se

OBS! OBS! OBS! OBS! OBS!

Glöm inte att göra dina sportinköp på Team Sportia i Lund. Butiken ligger på Klostergatan 10 i centrum.

Du får en egen rabatt på 10% på inköp till ordinarie pris gjorda i butiken i Lund och Lunds OK får en bonus på alla inköp.

För att klubben, och medlemmen, skall få rabatt behöver man teckna ett medlemskap i Team Sportias Sportklubb. Medlemskapet är gratis och ger medlemmarna, dock inte klubben, förutom ovanstående rabatt bonus på inköp gjorda i samtliga Team Sportias butiker i Sverige i enlighet med reg.



SPORT[®]
KLUBBEN
TEAM SPORTIA



TEAM SPORTIA[®]

Nyckelpersoner

(Status 10/5-2006)

Följande personer har nycklar till klubblokalen.
Behöver du tillgång till lokalen så kan du låna av:

Michael Andersson Jan Hansson Karin Nilsson
Richard Andersson Peter Hedberg Anders Smedenmark
Kjell Björup Kristina Hjelm Ing-Britt Swedenborg
Mats Bredfelt Sedney Hugosson Samuel Tranemyr
Peter Dannbring Anders Johansson Tomas Tuve
Bo Ek Svante Lennerstedt Anders Wallner
Bengt Engdahl Maria Lindahl Per Warfinge
Andreas Eriksson Sara Linse Tore Åkesson
Marie Fransson Christer Ljungquist
Anders Freij Gunnar Magnusson

Tycker du att du har ett behov av egen nyckel,
kontakta Peter Hedberg 046-55 110, pesho@tesika.se

NYA MEDLEMMAR

Bengtsson	Stefan	Kävlingevägen 18	244 60	FURULUND	046-305627	A 75
Grönqvist	Oskar	Sunnanväg 2 N	222 26	LUND	070-6814930	S 80
Persson	Maria	Rapsvägen 18	247 34	S. SANDBY	046-252895	A 77
Svensson	Anders	Rapsvägen 18	247 34	S. SANDBY	046-252895	S 72



Loke på 5-dagars i Hälsningland 2006

B

Föreningsbrev

Avs:
Lunds Orienteringsklubb
Box 2119
222 02 LUND



Plats för adressetikett!

Nästa manusstopp:

Maila dina bidrag till lok_lovet@yahoo.se
Skicka helst bidragen som bifogade Word-dokument

I Redaktionen...

Anders Wallner Tel 046-57483 0708285748 Email anders.wallner @pavilionclub.se	
Olof Ståhl Tel 046-209354 Email olof.stahl@tetrapak.com	Tobias Backgård Sunnanväg 201 222 70 Lund Tel 046-390560 Email: tobias.backgard @comhem.se